

## TURINYS

Prisistatymas. <b>Kas aš esu</b> .....	7
Anonsas. <b>Apie ką ši knyga</b> .....	8
Padėkos. <b>Tariu AČIŪ</b> .....	9
1 skyrius. <b>Mano istorija. Kaip tapau kitokia gydytoja</b> .....	n
2 skyrius. <b>Pacientai - didžiausi mano mokytojai</b> .....	19
3 skyrius. <b>Pradėkime nuo tuščio lapo, arba Pirmas vizitas. Koks jis?</b> .....	28
4 skyrius. <b>Dėl ko man patinka endobiogenika ir jos principai</b> .....	33
5 skyrius. <b>Ar gydytojas visada objektyvus?</b> .....	48
6 skyrius. <b>Pažvelkime į ligą kitu kampu. Diabetas</b> .....	53
7 skyrius. <b>Vydūno išmintis gyva mūsų mintyse ir širdyse</b> .....	63
8 skyrius. <b>Lytėjimas. Taip ir ne</b> .....	75
9 skyrius. <b>Pakalbėkime apie simptomus</b> .....	82
10 skyrius. <b>Apie stresą, stresavimą ir distresą</b> .....	87
11 skyrius. <b>Adaptacija. Kiek daug mūsų kūnas pakelia</b>	104
12 skyrius. <b>Imunitetas. Apie visiems žinomas tiesas kiek kitaip</b> .....	121

13 skyrius. <b>Mikrobiomas - kiekvieno skirtingas ir ypatingas</b> .....	145
14 skyrius. <b>Mažųjų ligos. Užsikrėtė, peršalo ar mama tiesiog pavargo?</b> .....	156
15 skyrius. <b>Kas aktualu kiekvienai moteriai</b> .....	170
16 skyrius. <b>Ką turi žinoti kiekvienas vyras</b> .....	180
17 skyrius. <b>Amžėjimo pavojai. Kiek tikri, kiek įkalbėti?</b> .....	194
18 skyrius. <b>Ligos prasmė</b> .....	210
19 skyrius. <b>Psichosomatika - pilkasis mūsų problemų kardinolas</b> .....	228
20 skyrius. <b>Žmogus turi galią keisti prisiminimus</b> .....	245
21 skyrius. <b>Ko galėtume pasimokyti iš protėvių?</b> .....	255
22 skyrius. <b>Baimės, nerimas, neryžtingumas. Kaip reaguoti ir veikti?</b> .....	260
Pabaigos žodis.....	271
Literatūros sąrašas.....	273